***Pomazánky***

Pomazánka z uzeného Tofu

**Na přípravu budete potřebovat**

* uzené tofu 100g
* lučina 150g
* jogurt bílý 100g
* olej 15g
* hořčice 5g
* sůl podle chuti
* cibule 25g
* zelená nať

**Postup:**

Sýr lučina, jemně strouhané tofu, olej, jogurt a hořčici vyšleháme do hladka. Přidáme cibulku podle chuti osolím. Doporučujeme k celozrnnému pečivu. Lučinu můžete částečně nebo zcela nahradit pom. máslem.

**Špenátová pomazánka se strouhaným vejcem:**



* špenát mražený 160g
* olej 20g
* cibule 10g
* vejce 40g
* máslo 40g
* lučiny 125g
* česnek

**Postup:**

Na oleji osmahneme cibulku, přidáme špenát a necháme vydusit. Přidáme máslo, lučinu dle chuti sůl, přistrouháme na tvrdo uvařené vejce, můžeme přidat vejce.

**Čočková pomazánka se šunkou :**

* 50g červené čočky
* 40g šunky
* 80g pomazánkové máslo
* 20g kyselých okurek
* 10g česneku
* Sůl dle chuti

**Postup:**

Čočku uvaříme, umeleme se šunkou a okurkami, smícháme s ostatními surovinami a dochutíme. Pomazánku mažeme na chléb či knuspi chlebíček.

**Pomazánka z pstruha lososovitého:**

* ****Pstruh lososovitý
* Koření na ryby
* Máslo
* Lučina
* Pom.máslo
* Citrón
* Sůl

**Postup:**

Nejdříve upečeme na másle pstruha s trošičkou koření a soli, necháme vychladnout. Přidáme všechny suroviny a podle chuti dochutíme.

****

**Celerová pomazánka s krabím masem**

* celer čerstvý
* krabí tyčinky
* česnek
* sůl
* zakysaná smetana
* pom.máslo

**Postup:**

Celer uvaříme a pak necháme vychladit. Nastrouháme s krabím masem Surimi. Okořeníme česnekem solí a vmícháme zakysanou smetanu a pom.máslo. Důkladně promícháme a necháme půl hodiny odležet. Krabí tyčinky lze nahradit kuřecím masem.